

Dubbelmarinerad kyckling

Marinad nr 1

600 g kycklingfilé
1/2 dl olivolja
2 st pressade vitlöxsklyftor
1/2 krukrosmarin
2 msk ingefära
1/2 krm chiliflakes
salt och peppar

Till stekning

1 msk smör
1 msk olivolja

Marinad nr 2

5 blad ramslök
1 dl olivolja
1 msk honung
1 msk soja
1 tsk vitvinsvinäger
1/2 krukrosmarin
salt och peppar